

AINESOSAT

1/2 Hälsans Kök fileesuikaleita

1 pieni kukkakaali

1 sipuli

1 valkosipulinkynsi

Tuoretta inkivääriä

1 purjosipuli

1 punainen paprika

1 chili

1 rkl Hoisin-kastiketta

1 rkl soijakastiketta

1 kourallinen cashewpähkinöitä

SERVING  1 ANNOS

KESTO  37 MIN

VAIKEUSASTE  VÄLI-

Sinun ei tarvitse heittää kukkakaalin lehtiä pois, käytä niitä tässä herkullisessa aasialaisvaikutteisessa kasvisreseptissä!

VALMISTUS

1. Tee kukkakaaliriisi

Valmista ensin kukkakaaliriisi. Erottele kukkakaalin lehdet muista, mutta älä heitä niitä pois! Raasta kukkakaali raastimella.

2. Leikkaa kaikki vihannekset

Hienonna sipuli, paprika, purjo ja chili. Hienonna myös valkosipuli ja inkivääri.

3. Laita ajastin päälle

Lisää soijakastike, chili, valkosipuli ja inkivääri pannulle, jossa on vähän oliiviöljyä. Lisää sen jälkeen kukkakaalinlehdet, kaikki muut kasvikset ja tietysti Hälsans Kökin fileesuikaleet. Voit myös lisätä Hoisin-kastiketta.

4. Tarjoilun aika

Lisää kasvisseos kukkakaaliriisin joukkoon ja ripottele päälle hieman cashewpähkinöitä. Nauti!

LÖYDÄ LISÄÄ RESEPTJÄ HALSANSKOK.FI